

10. Romanovskiy O.G. Pidgotovka konkurentospromozhnoyi gumanitarno - tehnicnoyi eliti: monografiya / O. G. Romanovskiy, O. S. Ponomarov, T. V. Gura ta in./ za zag. red. O. G. Romanovskogo ta O. S. Ponomarova. –H.: NTU «HPI»; vidavets Savchuk O.O., 2014. – 324 s.
11. Romanovskiy O. G., Formuvannya liderskoyi pozitsiyi maybutnih inzheneriv u zakladah vischoyi tehnicnoyi osvlti / Romanovskiy O. G., Gura T.V., Reznik S. M., Panfilov Yu.I., Cherkashin A.I. , Kostiryva I.V., Bondarenko V.V., za zag. red. O. G. Romanovskogo. – H.: FOP Panov A.M.- 2018. – 195 s.
12. Sto velikih psihologov. – M.: Veche, 2004. – 432 s.
13. Frankl V. Chelovek v poiskah smysla. Obsch. Red. L. Ya. Gozmana i D.A. Leonteva – M.: Progress, 1990. – 368 s.
14. Furmanets B.I. Tezaurusyi modernizatsii liderstva v usloviyah vuza: monografiya /B. I. Furmanets, L. N. Gren. – H.: V-vo Ivanchenka I.S., 2018. – 168 s.

УДК 159.922 : 316.6

<https://doi.org/10.26661/2310-4368-2019-1-15-06>

## ДОСВІД КОРЕКЦІЇ ЕМОЦІЙНОЇ СКЛАДОВОЇ Я-ОБРАЗУ ВИМУШЕНО ПЕРЕМІЩЕНИХ ОСІБ ЗАСОБАМИ АРТ-ТЕРАПІЇ

**Я.Ц. Зелінська**

кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Інституту підготовки кадрів Державної служби зайнятості України  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-3606-5749>  
[zelinskaya.yaroslava@gmail.com](mailto:zelinskaya.yaroslava@gmail.com)

**Зелінська Я.Ц. Досвід корекції емоційної складової Я-образу вимушено переміщених осіб засобами арт-терапії.**

У статті розглядається психологічний зміст поняття «Я-образ особистості», представлено систему емоційних складових Я-образу внутрішньо переміщених осіб, відносно яких підібрані діагностичні методики. Розроблено й апробовано програму формування позитивної емоційної складової Я-образу «Життя в кольорі». Обґрунтована послідовність етапів психотехнічної процедури: діагностичного, формувального, контрольного. Модифікація психокорекційних заходів побудована з урахуванням забезпечення повноти реалізації всіх етапів. Ефективність застосування психокорекційної програми «Життя в кольорі» знайшла підтвердження в ході контрольного експерименту. У ході дослідження було підтверджено припущення згідно якого арт-терапевтичні методики є ефективним засобом корекції емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб.

**Ключові слова:** Я-образ особистості, структурні складові Я-образу, арт-терапія, внутрішньо переміщені особи, психотехнічна процедура, психокорекція.

**Zelinska, Y.Ts. The experience of correction of the emotional component of the Self-image of forced displaced persons by art therapy techniques.** The article deals with the psychological content of the concept of "I-image of personality", it was found that the emotional component of the I-image reflects the attitude of a person towards him as a whole or to individual aspects of his personality and manifests itself in the state of health, activity, mood, for which diagnostic methods are selected. . I-image can have high or low stability at different age stages, in different types of personality. It was found that art-therapeutic measures have a positive effect on the indicators of the emotional component of the I-image of internally displaced persons. The study of the influence of art-therapeutic techniques on the emotional component of the I-image of forced displaced persons was conducted in the Bilokurakinsky district of the Luhansk region. The study was attended by 85 people, including 48 women and 37 men aged 21 to 56, the mandatory condition for all participants was the experience of forced relocation for native reasons. To determine the levels of expressiveness of the indicators of the emotional component of the I-image of internally displaced persons, a test of operational self-esteem of state of health, activity, mood (SAN questionnaire) and a Taylor anxiety level measurement technique (in the adaptation of T.A.Nemchinov) was used. The sequence of stages of the psycho-technical procedure is justified: diagnostic, forming, control. The modification of psycho-correction measures is based on ensuring the completeness of implementation of all stages. A program for the formation of a positive emotional component of the I-image "Life in Color" has been developed and tested. The effectiveness of the use of the psycho-corrective program was confirmed during the control experiment. It has been established that art therapy is an effective psycho-correction method in working with forced migrants due to the possibilities: to free up the suppressed emotions, to receive pleasure from the process of creativity, which contributes to the processes of awareness and adequate assessment of their feelings and experiences; meet the needs of the client to be the creator of their lives and build new life strategies and behavior patterns.

**Keywords:** I am an image of special features, structural warehouses of I-image, art therapy, internal transformations of individuals, psychotechnical procedure, psycho-correction.

**Постановка проблеми.** Формування довіри до життя, створення фундаменту для гармонійного розвитку особистості, впевненості нерозривно пов'язане з формуванням позитивного Я-образу особистості (М.Лісіна, В.Леві, М.Мольц, Л.Хей, М.Іскольдський). Внутрішнє переміщення людей через військові конфлікти порушує почуття довіри до життя, зумовлює депривацію, соціальне виключення,

посилює ризики насильства та виникнення психологічної «пастки утриманства», тому для психологічної підтримки внутрішньо переміщених осіб надзвичайно важливо організувати психологічну допомогу та психологічне консультування переселенців для того, щоб вони не втратили трудового потенціалу, змогли налагоджувати соціально-культурні та суспільні зв'язки в приймаючих громадах.

Психологічний стан переселенців піддається почуттям соціальної дезадаптованості і дезінтегрованості, які проявляються в стані відчуженості, при якому дійсність сприймається як глибоко несправедлива, чужа і ворожа, адже бюрократизація процедур, неспівпадання ідеологічних настроїв визиває відірваність від соціальних інститутів.

Для добору відповідних впливів на особистість внутрішньо переміщених осіб з метою формування або відновлення довіри до життя, любові до себе ефективним є використання засобів арт-терапії (А.І.Копитін, Л.Д.Лебедева, О.Л.Вознесенська). Вони допомагають людині усвідомити своє ставлення до образу-Я й оточення, визволити негативні спонукання й емоції, приховані в несвідомому. Разом з тим, у вітчизняній психології відсутня чітка програма з арт-терапії, що безпосередньо спрямована на формування позитивної емоційної складової Я-образу, а в західних психотехнологіях вона присутня фрагментарно.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Психологічний аналіз свідчить, що теоретичною основою дослідження позитивної емоційної складової Я-образу є розроблені вітчизняною і зарубіжною психологічною наукою концепції, які розкривають закономірності і принципи розвитку особистості (Е.Фромм, К.Роджерс, Т.Харріс, Л.Хей, Р.Ассаджолі, С. Максименко, О.Леонтьєв, А.Петровський, Л.Гримак, Ю.Орлов, Г.Померанц).

Особистість інтегративна і, за словами А.В. Петровського, виступає в трьох аспектах її психологічного прояву: інтраіндивідуальному, інтеріндивідуальному і метаіндивідуальному [3]. Відповідно до цієї концепції виділені структурні інтегративні компоненти особистості: 1) на рівні свідомості - це основний життєвий принцип або ідея як зразок моральної поведінки; 2) на рівні поведінки - це характер, що визначає межі реалізації ідеалу, реальна драма реалізації ідеалу; 3) на рівні емоцій, почуттів - це інтерес, що характеризує сутність людини, зацікавленість собою і навколишнім світом, своєю цілісністю і взаємозв'язком з оточенням.

Психологічний стан переживання людиною інтересу - це переживання власної цілісності. Особистість починається з формування інтересу в тісному зв'язку з характером і ідеалами. Любов до себе, згідно Е.Фромму, - це активна зацікавленість людини в самій собі, у власній цілісності, житті і розвитку. Тому в особистості любов до себе виступає на рівні третього інтегративного компонента - інтересу і є першим аспектом, з якого починається формування особистості. Усвідомлення Я-образу пов'язують з ситуативними перешкодами в діяльності, з пристосувальною реакцією у відповідь на зовнішній вплив інших людей (Е.А. Клімов; Л.М. Мітіна; Е.В. Шорохова), із залежністю людини від інших при виконанні спільної діяльності, з більш ранніми термінами виникнення, ніж професійна Я-концепція.

Я-образ є регулятивним механізмом психічного життя, мотиваційним ядром особистості. Це - суб'єкт свідомості, усвідомлення всіх психічних явищ внутрішнього й зовнішнього буття особистості в їх інтегральній цілісності. Соколова О.Т., Патакі Ф., Федоришина І.Л. інтерпретують образ-Я як інтегративне утворення, що включає компоненти: 1) когнітивний - образ своїх якостей, здібностей, можливостей, соціальної значущості, зовнішності і т.д. ; 2) афективний - ставлення до самого себе (самоповага, себелюбство, самоприниження і т.д.), в тому числі і як до власника цих якостей; 3) поведінковий - реалізація на практиці мотивів, цілей у відповідних поведінкових актах.

У дослідженнях західних науковців ще в 1980-ті роки було доведено, що на психологічне здоров'я вимушених переселенців значно більший вплив має не подія, що стала причиною переселення, а перші роки перебування у новій країні (місті), в процесі чого людина пристосовується до нового соціокультурного середовища. Стефаненко Т.Г. вказує на велику кількість параметрів від яких залежить сприятливість взаємодії представників різних регіонів: територія, яка може бути спільною або «своєю» лише для однієї з груп; тривалість взаємодіє (постійна, довготривала, короткочасна); мета, спільна діяльність, сумісне проживання, навчання, дозвілля); тип залучення до життя суспільства (від участі до спостереження); частота і глибина контактів; відносна рівність статусу і прав; кількісне співвідношення (більшість, меншість); явні розпізнавальні якості (мова, релігія, раса) [4].

У кожної людини постійно існують різні образи-Я, які нерідко перебувають у внутрішньому конфлікті. Те, якою людиною хотіла б себе бачити (Я-ідеальне), те, що вона про себе думає (Я-суб’єктивне), те, що про неї думають інші (Я-соціальне), і те, якою вона в дійсності (Я-об’єктивне) дуже рідко співпадають. Я-образ може мати високу або низьку стійкість на різних вікових етапах, у різних типів особистості. Коли в кризових ситуаціях виникає загроза стійкості Я-образу, що людина переживає дуже важко – як втрату себе, зазвичай автоматично спрацьовують особистісні захисні механізми. Простота або складність Я-образу залежить від когнітивної складності особистості, її емоційної розвиненості. Він може бути також більш або менш внутрішньо суперечливим, що залежить від інтегрованості, зв’язності його компонентів.

Особливо слід підкреслити важливість соціальної підтримки для внутрішньо переміщених осіб, яка попереджує психічні розлади і забезпечує комфорт особистості. Орбан-Лембрик Л.Е. зауважує, що існує певний зв’язок між соціальною підтримкою і зниженням стресу [2]. Під соціальною підтримкою розуміється дія однієї людини або групи людей стосовно іншої людини, котра спрямована на отримання останньої почуття підтримки. Зазвичай соціальна підтримка містить п’ять компонентів: емоційний (впевненість в тому, що про людину турбуються, її люблять і високо цінують); комунікативний (задовольняється потреба у тому, щоб виговоритися); оцінковий (відбувається ситуація соціального порівняння, у ході якої індивід отримує відповідь на питання про правильність свого відношення до того чи іншого факту чи явища); інформаційний (має місце конкретна інформація про те, як сприймати інформацію); інструментальний (отримання конкретної дієвої допомоги).

У вітчизняній і зарубіжній соціальній і педагогічній психології, психотерапії розроблені психокорекційні технології з формування і підтримки психічного здоров’я людини, гармонійного і всебічного розвитку особистості (К.Рудестам, Р.Ассаджолі, Д.Рейнуотер, Л.Петровська, Т.Яценко, А.Коваленко, З.Кісарчук, В.Третьяченко). Саме арт-терапія є адекватним методом в роботі з вимушеними переселенцями завдяки можливостям: вивільнити витіснені емоції, усвідомити й адекватно оцінити свої почуття, переживання; задовольнити потреби бути творцем свого життя та будувати нові життєві стратегії та моделі поведінки; творчому розкриттю здібностей та сутнісного потенціалу людини, мобілізації внутрішніх механізмів саморегуляції й зцілення.

**Мета статті** – визначити сутність та зміст поняття «Я-образ особистості» та виявити ефективність арт-терапевтичних засобів при корекції емоційної складової Я-образу вимушено переміщених осіб.

**Виклад основного матеріалу дослідження з обґрунтуванням отриманих результатів.** Дослідження впливу арт-терапевтичних методик на емоційну складову Я-образу вимушено переміщених осіб проводилось під нашим керівництвом студенткою магістратури Вервейко Г.В. У дослідженні приймали участь 85 осіб, серед них 48 жінок та 37 чоловіків віком від 21 до 56 років, які тимчасово проживають у Білокуракинському районі Луганської області. Обов’язковою умовою для всіх учасників був досвід вимушеного переселення з рідних причин.

Експериментальне дослідження проводилося в три етапи:

- на першому (констатувальному) етапі дослідження було проведено первинну діагностику показників емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб.

- на другому (формуальному) етапі було сформовано дві вибірки з числа досліджуваних, хто пройшов попереднє тестування. Для розподілу досліджуваних було обрано процедуру підбору пар, що пов’язана з визначенням очевидних індивідуальних відмінностей емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб за результатами первинного заміру. Особи, що увійшли до складу експериментальної групи, прийняли участь у арт-терапевтичному проекті «Життя в кольорі».

- на третьому (контрольному) етапі експерименту було проведено підсумкове тестування досліджуваних експериментальної та контрольної груп для визначення розбіжностей у виразності показників емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб та узагальнення результатів дослідження.

Для визначення рівнів виразності показників емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб були використані тест оперативної самооцінки самопочуття, активності, настрою (опитувальник САН) та методика вимірювання рівня тривожності Тейлора (в адаптації Т.А.Немчинова). Відсотковий розподіл результатів діагностики вибірки досліджуваних за ознаками емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб наведено в таблиці 1.

Таблиця 1

**Відсотковий розподіл результатів за рівнем виразності показників емоційної складової Я-концепції ВПО**

№	Методика	Шкали за методиками	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
1	Тест оперативної самооцінки самопочуття, активності, настрою (опитувальник САН)	Самопочуття	6%	58%	36%
		Активність	10%	8%	82%
		Настрій	95%	3,7%	1,3%
2.	Методика вимірювання рівня тривожності Тейлора (в адаптації Т.А.Немчинова)	Тривожність	24 %	51 %	25 %

Для формування експериментальної та контрольної груп з числа осіб, які пройшли попереднє тестування було застосовано схему міжгрупового порівняння. «Цей спосіб пов'язаний з виділенням очевидних і потребує градації індивідуальних характеристик, при чому ці характеристики повинні бути пов'язані з досліджуванним видом діяльності» [1, с.127]. Для коректного порівняння результатів дослідження, показники, що відповідають високому рівню були прийняті за 2 бали, а ті які відповідають низькому рівню - за 1 бал. Результати підрахунку рівня виразності показників емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб наведені у таблиці 2.

Таблиця 2

**Підрахунок рівня виразності емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб**

	Емоційні складові Я-образу	Високий рівень розвитку	Низький рівень розвитку	Методики
1.	Самопочуття	46-70 балів	менше 45 балів	Методика «САН»
2.	Активність	46-70 балів	менше 45 балів	Методика «САН»
3.	Настрій	46-70 балів	менше 45 балів	Методика «САН»
4.	Тривожність	більше 26 балів	0-25 балів	Методика вимірювання рівня тривожності Тейлора (адаптація Т.Немчинова).
	Максимальна кількість балів	8	4	

Враховуючи отримані бали у відповідності до таблиці 2 було визначено кількісні межі показників емоційної складової Я-образу ВПО:

- високий рівень емоційної складової Я-образу – 5 -8 балів.
- низький рівень емоційної складової Я-образу – 0-4 балів.

Загальні результати попереднього заміру емоційної складової Я-образу ВПО, які брали участь у дослідженні, наведені у таблиці 3.

Таблиця 3

**Загальні результати заміру емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб**

Емоційна складова Я-образу	Високий рівень	частота	53
		Col %	62.4
	Низький рівень	частота	32
		Col %	37.6

Таким чином, ми отримали дві групи. До складу першої експериментальної групи ввійшли 32 особи (жінки та чоловіки віком від 21 до 56 років). До складу контрольної груп ввійшли 53 особи (жінки

та чоловіки віком від 21 до 35 років). Для роботи з експериментальною групою був розроблений арт-терапевтичний проект для формування позитивної емоційної складової Я-образу «Життя в кольорі».

Арт-терапевтичний проект «Життя в кольорі».

Мета: формування позитивної емоційної складової Я-образу вимушено переміщених осіб

Місце проведення: Білокуракинський районний центр зайнятості, арт-студія «Стрекоза».

Форма проведення: міні-лекція, тренінги, робота в групах. Цільова аудиторія учасників: вимушено переміщені особи. Тривалість заходу: 10 занять по 2 години. Ресурсне забезпечення: фарби, гончарна глина, папір, фактурна паста, метафоричні асоціативні карти «Колесо життя», музичний супровід.

Завдання:

- актуалізація досвіду і знань, що відносяться до емоційної сфери, тренування умінь виявляти свої емоційні стани;
- вироблення позитивного бачення власного майбутнього учасниками;
- набуття вміння шукати найкращі шляхи розв'язання життєвих проблем;
- формування гармонійної належності Я-образу до різних ідентичностей;
- розвиток інтересів і прагнень, творчої діяльності в різних видах життєдіяльності, удосконалення естетичних смаків, умінь і навичок.

Таблиця 4

#### Програма арт-терапевтичного проекту

№ з/п	Основні питання	Форма занять	Тривалість
<b>Перший день</b>			
1.	Вступ. Ознайомлення учасників з метою та програмою проекту.	Міні-лекція.	5 хв.
2.	Основна частина. Виконання вправ на знайомство за згуртування групи.	Практичне заняття	100 хв.
3.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>Другий день</b>			
4.	Вступ. Визначення правил роботи в групі.	Мозковий штурм	5 хв.
5.	Основна частина. Виконання вправ з арт-терапії, технік релаксації та візуалізації. «Мій автопортрет в повний зріст».	Практичне заняття	100 хв.
6.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>День третій</b>			
7.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.
8.	Основна частина. Виконання вправ з арт-терапії на зняття напруги та послаблення свідомого контролю. Музикотерапія. «Моя родина»	Практичне заняття	100 хв.
9.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>День четвертий</b>			
10.	Вступ. Вправа з метафоричними асоціативними картами «Мій настрій»	Практичне заняття	5 хв.
11.	Основна частина. Виконання вправ з МАК. Вправа «Якби у мене була чарівна паличка ...».	Практичне заняття	100 хв.
12.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>День п'ятий</b>			
13.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.
14.	Основна частина. Ізотерапія - «Я переживаю».	Практичне заняття	100 хв.
15.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>День шостий</b>			
16.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.
17.	Основна частина. Глинотерапія. Вправа «Я боюся».	Практичне заняття	100 хв.
18.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
<b>День сьомий</b>			
19.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.

20.	Основна частина. Правопівкульне малювання - «Сон, який мене схвилював»	Практичне заняття	100 хв.
21.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
День восьмий			
22.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.
23.	Основна частина. Робота по методу Мандала - «Я про це не хочу згадувати»	Практичне заняття	100 хв.
24.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
День дев'ятий			
25.	Вступ. Вправа з метафоричними асоціативними картами «Мій настрій»	Практичне заняття	5 хв.
26.	Основна частина. Виконання вправ з арт-терапії - створення фактурних картин «Моє життя»	Практичне заняття	100 хв.
27.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.
День десятий			
28.	Вступ. Антистресова гімнастика для зняття напруги.	Практичне заняття	5 хв.
29.	Основна частина. Виконання вправ з арт-терапії – колаж «Моє майбутнє»	Практичне заняття	100 хв.
30.	Рефлексія.	Бесіда	15 хв.

Після впровадження арт-терапевтичної програми, було проведено повторну діагностику емоційної складової Я-образу вимушено переміщених осіб, а саме: порівняння показників самопочуття, активності, настрою, тривожності в експериментальній та контрольній групах. Для цього ми використали U - критерій Манна - Уїтні - статистичний критерій, використовуваний для оцінки відмінностей між двома вибірками по рівню якої-небудь ознаки, вимірної кількісно. Результати порівняння показників наведено в таблиці 5.

Таблиця 5

**Порівняння показників контрольного тестування досліджуваних двох груп (експериментальної та контрольної) за U — критерієм Манна – Уїтні**

№	Методика	Шкали за методиками	Сума рангів EG	Сума рангів КГ	Емпіричне значення
1.	опитувальник САН	Самопочуття	514,5	226,5	36,5
		Активність	501	240	50
		Настрій	537	204	14
2.	Методика вимірювання рівня тривожності Тейлора	Тривожність	550	191	77,5

Оскільки емпіричне значення U-критерію відображає ступінь збігу двох рядів значень, то, чим більш меншим є емпіричне значення за критерієм, тим більш достовірними є розбіжності.

Отже, припущення про наявність достовірних розбіжностей ми приймаємо у разі, коли емпіричне значення U-критерію менше, або дорівнює критичному значенню. Якщо емпіричне значення переважає критичне - ми повинні прийняти припущення про відсутність значущих розбіжностей. При об'ємі двох вибірок критичні значення становлять 643 при ( $p \leq 0,01$ ) та 591 при ( $p \leq 0,05$ ). Як бачимо з таблиці емпіричне значення U-критерію за методикою САН «самопочуття» знаходиться в зоні значення  $U_{емп.} 36,5$  при ( $p \leq 0,01$ ), та  $p \leq 0,05$  тому це вказує на те, що при повторному проходженні тестування у експериментальній вибірці самопочуття покращилося. Активність знаходиться в зоні значимості при  $U_{емп} 50$  при  $p \leq 0,01$  та при  $p \leq 0,05$ . Це вказує на те, що у експериментальній групі збільшився рівень внутрішньо переміщених осіб, які набули вміння бути активними для розв'язання життєвих проблем Настрій знаходиться в зоні значимості при  $U_{емп} 14$  при  $p \leq 0,01$  та при  $p \leq 0,05$ . Тривожність знизилась, на що вказують математичні розрахунки:  $U_{емп} 77,5$  при  $p \leq 0,01$  та при  $p \leq 0,05$ .

Досліджувані, які прийняли участь в арт-терапевтичній програмі «Життя в кольорі», демонструють більш високу готовність до перетворення предметного світу (активність), більшу схильність до взаємодії з іншими людьми в соціальному середовищі, витривалість (самопочуття), а

також життєрадісність, збільшення спокою, надії та задоволення (настрій). Було з'ясовано, що арт-терапевтичні заходи позитивно впливають на показники емоційної складової Я-образу внутрішньо переміщених осіб.

**Висновки та перспективи подальших досліджень.** За результатами експериментального дослідження впливу арт-терапевтичних методик на емоційну складову Я-образу внутрішньо переміщених осіб можна зробити ряд висновків.

1. Я-образ є регулятивним механізмом психічного життя, мотиваційним ядром особистості. Традиційно в Я-образі виокремлюють когнітивний (пізнавальний), поведінковий і емоційний компоненти. Емоційна складова Я-образу відображає ставлення людини до себе у цілому чи до окремих сторін своєї особистості та проявляється у самопочутті, активності, настрої. Я-образ може мати високу або низьку стійкість на різних вікових етапах, у різних типів особистості.

2. Внутрішньо переміщені особи наділені певними психологічними особливостями, що виражаються у специфічному світосприйнятті, пригніченості психічних функцій. Найбільш загальні характерні для цього стану ознаки: неадекватність настрою, втрата перспективи, зростання песимізму, зміна соціальної активності, поява тривожності і неспокою.

3. Арт-терапія є ефективною психокорекційною методикою в роботі з вимушеними переселенцями завдяки можливостям: вивільнити витіснені емоції, отримати задоволення від самого процесу творчості, що сприяє процесам усвідомлення й адекватної оцінки своїх почуттів, переживань; задовольнити потреби клієнта бути творцем свого життя та будувати нові життєві стратегії та моделі поведінки; розкриттю здібностей та сутнісного потенціалу людини, мобілізації внутрішніх механізмів саморегуляції й зцілення.

#### Література

1. Готтсданкер Р. Основы психологического эксперимента: Учеб. Пособие для студ. Высш. Учеб.заведений / Р.Готтсданкер / Пер. С англ. Ч.А.Измайлова и В.В.Петухова; науч. Ред. рус. Текста Ю.Б.Гиппенрейтер. – М.: Издательский центр «Академия», 2005. – 368 с.
2. Орбан-Лембрик Л. Е. Вплив міграційних процесів на поведінкові прояви особистості / Л. Е. Орбан-Лембрик // Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія. – Івано-Франківськ : ВДВ ЦІТ, 2008. – Вип.13. – Ч.1. – С. 3–15.
3. Петровський А.В. История и теория психологии / А.В.Петровський, М.Г. Ярошевский - В 2-х т. Т.1 – Ростов н/Д.: Феникс, 1996. – 416 с.
4. Стефаненко Т.Г. Этнопсихология / Т.Г.Стефаненко. – М.:ИП РАН, Академический Проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2000. – 433 с.

#### References translated

1. Gottsadanker R. Fundamentals of Psychological Experiment: Textbook. The manual for the studio. higher study facilities / R.Gottssander / Per. With english Ch.A.Izmaylova and V.V.Petukhova; scientific edit Russian Text Yu.B.Gippenreiter. - Moscow: Publishing Center "Akademiya", 2005. - 368 p.
2. Orban-Lembrik L.E. Influence of Migration Processes on Behavioral Manifestations of Personality / L.E. Orban-Lembrik // Collection of scientific works: Philosophy, Sociology, Psychology. - Ivano-Frankivsk: VDVCITY, 2008. - Vip.13. - Part 1. - P.3-15.
3. Petrovsky A.V. History and theory of psychology / A.V.Petrovsky, M.G.Yaroshevsky - T.1 - Rostov n / A: Phoenix, 1996. - 416 p.
4. Stefanenko T.G. Ethnopsychology / T.G.Stefanenko. - M.: IP RAS, Academic Project, 2000. - 433 pp.